

キレイを導く“プラセンタ”の秘密

ずいぶん日差しも暖かくなってきましたね。みなさまこんにちは。今回よりこちらでお話をさせていただきます、田中恵と申します。栄養士の資格と女性ならではのアンテナを活かして、内側から、外側からキレイに元気になる方法をお話していきたいと思います。

今回は、プラセンタと美容の秘密についてお話いたします！

田中 恵 株式会社 日本予防医学研究所 研究員/栄養士



プラセンタの歴史

プラセンタは医薬品やサプリメント、化粧品など様々な形で使用されています。

比較的新しい素材と思われがちですが、実は歴史は古く紀元前400年頃の古代ギリシャでは「医学の父」と呼ばれたヒポクラテスがプラセンタを治療に使ったとされています。中国では秦の始皇帝が、古代エジプトでは世界三大美女の一人である女王クレオパトラが、フランスでは王妃マリーアントワネットが、不老長寿や美貌を追い求めて、プラセンタを使ったと言われています。

若返りや美しさというのは、どの時代でも永遠に追い求めてしまうものなのかもしれませんね。

プラセンタと自然治癒力

自然治癒力は私たちが持っている、病気や怪我などを自分自身で治す力です。例えば、傷ができた時にかさぶたができて傷が消えて治るのもそうですし、太陽光を浴びて日焼けをして皮がむけて元の肌に戻るのも自然治癒力のおかげ

です。プラセンタは自然治癒力をサポートしてくれるパワーがあり、これはプラセンタが直接治すのではなく、自分が自分を治す力、新しく作り変える力を引き出す役割を果たしているのです。

プラセンタをキレイに役立てよう！

プラセンタが美容にいい、というのは皆さんも聞いたことがあるのではないのでしょうか。これは、プラセンタが肌の自然治癒力を高めて、新しい肌を作るサポートしてくれるおかげなんです。

私たちの肌は、紫外線やブルーライト、汚れた大気、ホコリ、ストレスなど様々な攻撃にさらされています。これらの攻撃はじわじわと肌にダメージを与えて次第に衰えさせてしまう原因となります。例えば紫外線を浴びてシミができて、乾燥してハリや潤いがなくなってシワやたるみができてしまったり、毛穴の開きや小さな皺が気になってきたり、花粉やほこり、最近ではマスクによる摩擦などで肌が荒れてしまったりと、ダメージがじわじわと蓄積して、いわゆる『老け顔』になってしまうのです。

若い頃は特段ケアをしなくても

キレイだったのに今では年々肌が衰えていくのを感じる、といったことはないでしょうか。これは、年齢を重ねるごとに新しい肌細胞を作る力＝自然治癒力が衰えているためです。

プラセンタは、細胞増殖因子というものが含まれているのが特徴で、『EGF(上皮細胞成長因子)』『FGF(線維芽細胞成長因子)』『HGF(肝細胞増殖因子)』『IGF(インスリン様成長因子)』などがあります。

この中でもEGF、FGFは特に美容に関わるもので、EGFは肌の表面でターンオーバーを促しキメの整ったなめらかなツヤのある肌へと導く働きがあり、FGFは肌の内側で働き肌の弾力を保つために必要なコラーゲンやエラスチン、ヒアルロン酸などを生成する働きをもっています。ふっくらとした肌は見た目の良さはもちろんですが、栄養が細胞に届きやすくなり、血色のよい若々しい肌へとつながっていきます。

プラセンタとキレイの関係

肌のために使うプラセンタは、スキンケア化粧品もサプリメント

もどちらもおすすめで。

プラセンタを取り入れたスキンケアではプラセンタの濃度が濃いスキンケア化粧品を使用することが大切です。『プラセンタ配合化粧品』というものは巷にたくさんありますが、極端な言い方をすれば1滴でもプラセンタが入っていれば『プラセンタ配合化粧品』と呼ぶことができます。化粧品にはプラセンタ以外にもコラーゲンやヒアルロン酸、水など様々な成分が入っているものが多いので、プラセンタの力をダイレクトに得たいのであれば、他の成分が少ない、もしくは入っていない美容液を使うことがおすすめです。

サプリメントであれば、美容はもちろんのこと、健康サポートにも活躍してくれることでしょう。季節の変わり目や生活習慣の乱れ、ストレスなどの様々な要因から身を守るためにも内側からのケアがおすすめで、この場合も配合量や品質が重要で、原料や抽出方法、製造方法、安全性など、品質の高いものを摂ることが重要です。

プラセンタの力を借りて、内側からも外側からもキレイにチャレンジしてみましょう！